

中國功夫

臥似一張弓，站似一棵松，不動不搖坐如鐘，走路一陣風。
南拳和北腿，少林武當功，太極八卦連環掌，中華有神功。

臥似一張弓，站似一棵松，不動不搖坐如鐘，走路一陣風。
南拳和北腿，少林武當功，太極八卦連環掌，中華有神功。
棍掃一大片，槍挑一條線，身輕好似雲中燕，豪氣沖雲天。
外練筋骨皮，內練一口氣，剛柔並濟不低頭，我們心中有天地。

Wò shì yī zhānggōng, zhàn shì yī kē sōng, bùdòng bù yáo zuò
rú zhōng, zǒulù yīzhènfēng.

Nán quán hé běi tuǐ, shàolín wǔdāng gōng, tàijí bāguà
liánhuán zhǎng, zhōnghuá yǒu shéngōng.

Wò shì yī zhānggōng, zhàn shì yī kē sōng, bùdòng bù yáo zuò
rú zhōng, zǒulù yīzhènfēng.

Nán quán hé běi tuǐ, shàolín wǔdāng gōng, tàijí bāguà
liánhuán zhǎng, zhōnghuá yǒu shéngōng.

Gùn sǎo yī dàpiàn, qiāng tiāo yītiáo xiàn, shēn qīng hǎosì yún
zhōng yàn, háoqì chōngyún tiān.

Wài liàn jīngǔ pí, nèi liàn yī kǒuqì, gāng róu bìng jì bú dītóu,
wǒmen xīnzhōng yǒu tiāndì